П. Хейфец і Н. Задорын

Гульні юных піонэраў



Дзяржаўнае Выдавецтва Беларусі
Менск 1926

БІБЛІОТЭКА „ЧЫРВОНАЯ ЗЬМЕНА“

П. ХЕЙФЕЦ і Н. ЗАДОРЫН

ГУЛЬНІ ЮНЫХ ПІОНЭРАЎ

Пераклад З. Дунько

Дзяржаўнае Выдавецтва Беларусі
МЕНСК—1926

„БДВ“ № 560. Галоўлітбел № 19810.
Друк. Профтэхшколы. Заказ № 560. У ліку 3.000 экз.

„Ґульня ёсьць патрэба дзіцячага організму. Ў гульні разьвіваецца фізычная моц дзіцяці: цьвярдзей робіцца рука, гібчэй цела, трапней вока; разьвіваецца цямлівасьць, знаходлівасьць і ініцыятыва.

Шляхам гульні можна выхаваць зьвера, можна выхаваць і комуністага. Юныя Піонэры бяруць на сябе апошнюю задачу".

Н. К. Крупская.

АД УКЛАДЧЫКАЎ.

Піонэрскі рух, разрастаючыся, набывае ўсё новыя і ўсё болей складаныя задачы. У зьвязку з гэтым вельмі часта ў некаторых атрадах на гульні мала зьвяртаюць увагі і часамі зусім не праводзяць. Прычынай гэтаму часткова было няўмелае правядзеньне гульняў важакамі, няўмелы і няпрывабны іх характар і іншае. Яшчэ большаю прычынаю было тое, што дасюль у Беларусі ня было ніводнага зборніка гульняў, больш-менш прыстасаванага да піонэраў.

Гэтая праца зьяўляецца першаю спробаю складаньня гульняў для піонэраў Беларусі наогул і мэтодычнага кіраўніцтва для важакоў—паасобку.

Наколькі намі гэтая задача выканана, пакажа практыка працы і водклікі важакоў, да крытыкі якіх мы будзем вельмі падзячна прыслухоўвацца, бо першая спроба бяссумненьня мае многа недахватаў.

Нашым заданьнем было даць некаторае кіраўніцтва важаку, а ўжо ён сам павінен дапоўніць, пашырыць і ўжыць гэтыя гульні ўва ўсіх іх відах, але ні ў якім разе не стамляючы дзяцей.

Пры складаньні гэтага зборніку мы карысталіся ў некаторых выпадках тымі зборнікамі гульняў, якія ўжо ёсьць, і, галоўным чынам, уласнай практыкай.

П. Хейфец.
Н. Задорын.

Менск, 1926 г.

Тлумачэньне скарочаных слоў:

Л. Г.—Лік удзельнікаў гульні.

М. Г.—Месца для гульні.

Д. Г.—Дапамогі для правядзеньня гульні.

А. Г.—Апісаньне зьместу гульні.

З. Г.—Значэньне гульні.

М. У.—Мэтодычныя ўвагі.

I. ХАТНІЯ ГУЛЬНІ.

АГУЛЬНЫЯ ЎВАГІ.

Дзякуючы об'ектыўным умовам, узімку праца атраду галоўным чынам заключаецца ў інтэлектуальнай дзейнасьці, што паглыбляе і ўзмацняе школьную, разумовую нагрузку. З гэтае прычыны ў заданьне працы атраду павінны ўвайсьці піонэрскія гульні, каб у значнай меры забясьпечыць піонэраў рухамі. Апроч таго, гэтыя рухі павінны быць мэтазгодны па зьместу, часу, месцы ў програме збору атраду, працягнутасьці і па моцы іх напруджаньня.

Перш, чым праводзіць гульні, важак павінен даведацца аб тым, чым піонэры займаліся дагэтуль, каб не паўтараць у гульнях тых самых рухаў, што і раней.

Пры правядзеньні гульняў трэба браць пад увагу зацікаўленасьць піонэраў да тае ці іншае гульні, пэдагогічнае і фізкультурнае значэньне і іх гігіенічныя ўмовы.

У адносінах да хатніх гульняў аднэю з галоўнейшых умоў зьяўляецца патрэбнасьць правядзеньня іх у вадпаведным памяшканьні. Яно павінна быць чыстае, з заўсёдным доступам сьвежага паветра, і ў ім павінна знаходзіцца перагатаваная вада.

Гульні гэтага аддзелу можна праводзіць і на вольным паветры.

Дзеты.

Л. Г. Ад двух зьвеньняў да атраду.

М. Г. Вялікі клюбны пакой або пляцоўка.

Д. Г. Гарапнік, дзьве хустачкі (насоўкі).

А. Г. Гульцы робяць кола. У сярэдзіну кола становяцца двое гульцоў. Аднаму з іх даецца гарапнік, якім ён павінен зьлёгка вытнуць другога, што разам з ім у коле. Абодва ходзяць яны вельмі ціхенька. Той, што з га-

рапнікам, час-ад-часу пытае: „Дзе ты?“, другі павінен адказваць: „Тут“, і хутка нячутна мяняе месца. Калі гулец з гарапнікам вытне другога, тады гуляе іншая пара.

Ускладненьне гульні.

Гульцы кола робяць рухі на манеру аднаго з „сьляпых“ таго, што ў сярэдзіне кола. Тады гульня набывае агульнае значэньне і зьяўляецца практыкаваньнем увагі, хуткага ўсвайваньня і практыкаваньнем мускулаў тулава, узбуджаючы организм у вышэйшай ступені. Гульцы, паўтараючы рухі, не павінны зыходзіць з свайго месца.

Другім выглядам ускладненьня гульні можа быць рухавое кола—гульцы ходзяць у коле на насках і робяць рухі рукамі. У такім выглядзе гульня зьяўляецца практыкаваньнем у роўнавазе, практыкуючы мускулы ног, тулава і рук, але ня ўзбуджае организму.

З. Г. У гульцоў, што ў сярэдзіне кола, разьвіваецца здольнасьць хутка орыентавацца па гуках.

М. У. Патрэбна зрабіць так, каб гульцы, што ў сярэдзіне кола, ня білі гульцоў, што стаяць у коле, і каб не натыкаліся самі на кола. У такім выпадку можна сказаць „горача“. Калі гульцу, што з бізуном, на працягу 5—10 мінут не ўдаецца вытнуць другога, тады гэтая пара замяняецца на іншую. Таксама ня трэба прадоўжваць гульні пасьля таго, як адзін гулец вытне другога.

Спазнай па голасу.

Л. Г. Атрад і болей.

М. Г. Клюб, пляцоўка.

Д. Г. Маленькі кіёк.

А. Г. Гульцы робяць кола. У сярэдзіну кола становіцца адзін з гульцоў з завязанымі вачыма і з маленькім кійком у руках. Усе кружацца ды пяюць песьню, пакуль не скамандуе сярэдні спыніцца; пасьля каманды

ўсе спыняюцца. „Сьляпец“ кратае каго-небудзь кійком і паўтарае адзін радок песьні. Той, каго крануў „сьляпы“, павінен хутка прадоўжыць гэтую песьню. Калі сярэдні адгадае па голасу, хто адказвае, то адгаданы ідзе ў кола вадзіць, а ён (сярэдні) становіцца на яго месца. А калі-ж ён не адгадае, дык зноў прадаўжае вадзіць.

З. Г. Разьвіваецца слуховая ўспрыймальнасьць і ўменьне разьбірацца ў тэмбрах голасу. А таксама можа служыць супакойваючым практыкаваньнем і практыкаваньнем у роўнавазе пры хадзе на насках і рухах рукамі ў часе хады*).

М. У. У часе пытаньняў сярэдняга і адказаў павінна быць поўная цішыня. Усе павінны ўважліва прыслухоўвацца да каманды сярэдняга. Пасьля 3—5 няўдачных спроб пазнаць затрыманага—сярэдні замяняецца.

Запамятай.

Л. Г. Зьвяно або два зьвяны.

М. Г. Клюбны пакой.

Д. Г. Клюбнае абсталяваньне і розныя дробныя рэчы.

А. Г. У пакой уводзяцца ўсе гульцы; ім даецца 40—60 сэкунд для агледзін пакою, і пасьля гэтага, яны выводзяцца. Як толькі яны выйдуць, важак перастаўляе некалькі буйных рэчау з мэблі ў пакоі і йзноў на 40—60 сэкунд уводзяцца гульцы. Увашоўшы ў пакой, яны павінны пазнаць, што і як перастаўлена. Выйгравае тое зьвяно, або тыя гульцы, якія найбольш дакладна азначаць перастаўку рэчаў.

Увага. Гэтую гульню можна праводзіць з больш дробнымі рэчамі, якія разложаны на стале ў розным парадку. Піонэры зьвеньнямі на некалькі сэкунд уваходзяць у пакой і азнаямляюцца з гэтымі рэчамі і іх парадкам. Пасьля, вышаўшы з пакою, яны павінны аднавіць у памяці запрыкмечаныя рэчы і іх распарадак.

З. Г. Разьвіваецца зрокавая памяць і здольнасьць хутка арыентавацца.

---

*) Рабіць рухі трэба ў такт, гэта разьвівае пачатковую рытміку

М. У. У першых гульнях не павінна быць многа рэчаў, і перастаўкі іх павінны быць болей прыкметнымі. Пры паўтарэньні гульні некалькі разоў, рэчаў можа быць большая колькасьць, і перастаўку іх можна рабіць меней прыкметнаю. Можна яшчэ болей ускладніць гульню, калі скарачаць час на агляд рэчаў. Пасьля разумовае працы праводзіць гэтую гульню ня раіцца.

Плякат.

Л. Г. Зьвяно і болей.

М. Г. Клюб, пляцоўка.

Д. Г. Плякат.

А. Г. Да вісячага плякату падводзіцца зьвяно, якому даецца пэўна вызначаны час для разгляданьня плякату. Потым зьвяно адводзіцца, і яно павінна па асобных словах, сказах і загалоўках, якія яны запомнілі, пераказаць зьмест плякату. Пасьля гэтага плякат патрэбна прачытаць і правесьці гутарку на тэму яго зьместу.

З. Г. Гульня разьвівае ўважлівасьць, зрокавую памяць і здольнасьць па частках адбудоўваць цэлае.

М. У. Выбіраць плякаты трэба вельмі ясныя, зразумелыя, у першых гульнях нескладаныя і нядоўгія, прыстасаваныя да тэм бягучае працы атраду. Гульню ня раіцца праводзіць пасьля разумовае працы.

Трапнае вока.

Л. Г. Ад зьвяна да атраду.

М. Г. Клюб, пляцоўка.

Д. Г. Звычайная дошка, крэйда, алоўкі і разграфаваныя паперкі ў піонэраў.

А. Г. Дошка разграфавана на 12—24 квадраты. Гульцы адварачваюцца ад дошкі, а важак у гэты час крэйдаю ставіць у некалькіх квадратах адзнакі. Потым усе па камандзе абарачваюцца і ў працягу 40—60 сэкунд глядзяць на дошку. Пасьля зноў, адвярнуўшыся ад дошкі, яны павінны напісаць на сваіх паперках запрыкмечаныя адзнакі.

З. Г. Разьвівае зрокавую памяць і ўважлівасьць.

М. У. Гульню трэба разьвіваць паступова. Спачатку пачынаць з невялікага ліку адзнак і квадратаў і з вялікай колькасьці часу для разгляданьня. Потым можна паступова павялічаць лік адзнак альбо скарачаць час для разгляду. Пасьля разумовае працы гульню ня раіцца праводзіць.

Дыплёматы.

Л. Г. Ад зьвяна да атраду.

М. Г. Клюб альбо пляцоўка.

А. Г. Усе гульцы падзяляюцца на дзьве групы і разыходзяцца на процілежныя бакі пакою. Адна з гэтых груп падыходзіць да другое і выяўляе сабою дыплёматаў. Між дзьвюма групамі пачынаецца дыплёматычная размова. Адзін пасол кажа які-небудзь жарт, прыкладам, такі: „Вашыя стрэлы падстрэлілі камара, які пераляцеў нашу граніцу; мы патрабуем компэнсацый“... Дыплёматы другое групы павінны таксама сур‘ёзна адказваць падобнымі жартамі. Прайгравае тая партыя, дыплёмат якое першы засьмяецца.

З. Г. Практыкуе знаходлівасьць, цямлівасьць, вытрыманасьць і спрыяе ўсвайваньню гутарак.

М. У. Гульня павінна грунтавацца на апошніх сапраўдных дыплёматычных падзеях. З гэтае прычыны, яшчэ да гульні, трэба правесьці гутарку на гэтую тэму. У гульні канечна трэба даць магчымасьць кожнаму гульцу быць паслом.

Апавяданьне.

Л. Г. Ад зьвяна да двох.

Д. Г. Кавалачкі картону або паперкі. На кожнай паперцы напісана адна абы-якая літара. Кожнаму гульцу даецца па сем такіх паперак.

А. Г. Той, хто гуляе, выцягвае сем літар і ў працягу паловы аднае мінуты павінен скласьці слова, пры чым лішнія літары можна адкінуць. Хто ня зложыць слова,

дык аштрафоўваецца тым, што ён пачынае апавяданьне, якое потым па чарзе прадоўжваюць усе гульцы. Гаворачы апавяданьне, кожны павінен сказаць і тое слова, што ён злажыў.

З. Г. Разьвівае цямлівасьць і знаходлівасьць.

М. У. Патрэбна сачыць, каб апавяданьне не абярнулася ў шаблённы падбор слоў. Кіраўнік можа браць слова некалькі разоў для накіраваньня апавяданьня. Тэму апавяданьня можа задаць важак або яе выбіраюць усе гуртам. Пасьля разумовае працы гульню праводзіць ня раіцца.

Праца.

Л. Г. Атрад і болей.

А. Г. Гульцы складаюць дзьве партыі. Адна партыя, параіўшыся між сабою так, каб другая не даведалася аб чым у іх ішла гутарка, паказвае рухамі і гукамі які-небудзь працоўны процэс. Другая партыя павінна адгадаць значэньне рухаў. Як толькі яна адгадае— партыі мяняюцца ролямі. Выйгравае тая партыя, якая ў пэўна вызначаны час адгадае большы лік рухаў. Калі ў працягу пэўнага часу адна партыя не адгадае руху другое, дык выйгравае другая партыя.

З. Г. Практыкуецца зрокавая і слухавая памяць, а таксама здольнасьць аднаўляць рухі.

М. У. Рухі павінны быць нескладанымі і як мага дакладней павінны перадавацца. Гульня выклікае моцнае напружаньне памяці, а затым доўга праводзіць яе шкодна. Пасьля разумовае працы гульню правадзіць ня раіцца.

Цягнік.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Сьвісток, істужкі для кандуктароў.

А. Г. Усе гульцы, апроч аднэй пятай часткі гульцоў, становяцца ключом адзін другому за патыліцу. Яны выяўляюць сабою цягнік. Асоба, што ідзе на чале атраду, служыць за паравоз. Усе іншыя гульцы—кандуктары. Па сьвістку галоўнага кандуктара паравоз павольна

пачынае рухацца, а за ім у такт рухаюцца і ўсе іншыя гульцы—вагоны. Паравоз выдае гукі, падобныя да гукаў сапраўднага паравозу, а гульцы-вагоны робяць перайманьне ўсіх гукаў сапраўднага цягніка, што знаходзіцца ў руху. Крыху пачакаўшы, галоўны кандуктар крычыць: „Згуба!“ Пры гэтых словах увесь цягнік разьбягаецца. Заданьне кандуктароў—злавіць вагоны, што разьбегліся, і счапіць цягнік. Зьбеглыя вагоны лічацца злоўленымі, калі хоць адзін кандуктар чымкольвек кранецца да іх.

З. Г. Разьвівае здольнасьць пераймаць гукі і рухі; практыкуе мускулы ног, тулава і рук; концэнтруе ўвагу гульцоў і выпрацоўвае ў іх рытму. Сярэдне ўзбуджае організм.

М. У. Гульню трэба ўпадрад праводзіць ня болей трох-чатырох раз, зьмяняючы кандуктароў. Кандуктары павінны быць адметны ад іншых гульцоў невялічкімі павязкамі (адзнакамі) на руцэ. Лік кандуктароў не павінен быць больш за аднаго на чатыры вагоны.

Бяз рук.

Л. Г. Зьвяно і болей.

А. Г. Гульцы становяцца ў два рады адзін к другому сьпіною. Па камандзе яны, апіраючыся сьпінамі адна на адну і трымаючы рукі на бёдрах, садзяцца на падлогу, потым такім-жа парадкам устаюць.

З. Г. Практыкуюцца мускулы ног і тулава. Крыху ўзбуджаецца організм.

М. У. Садзіцца і ўставаць трэба павольна. Для гэтага кіраўнік падае павольную каманду „р-а-а-аз“, таксама і пры ўставаньні „д-в-а-а-а“.

Адваротны ход.

Л. Г. Зьвяно або два.

М. Г. Клюб ці пляцоўка.

А. Г. Гульцы становяцца ў адну лінію тварам да сьцяны, а сьпінаю да вольнае пляцоўкі. Потым па камандзе

ўсе, не абарочваючыся, павінны ісьці на пляцоўку „адваротным ходам“ (заднім). Выйгравае той, хто першы прыдзе ў вызначанае месца.

З. Г. Гульня практыкуе мускулы, што адводзяць ногі назад. Разьвівае здольнасьць трымацца намечанага кірунку, ня гледзячы на цэль.

М. У. Гульню лепей за ўсё праводзіць са старэйшымі піонэрамі. Трэба сачыць, каб на дарозе, што ідзе ў цэль, ня было ніякіх узвышшаў, вострых патырчак, або якіх іншых перашкод. У першых гульнях адлегласьць не павінна быць болей як 5—10 мэтраў.

Зьнішчэньне фашыстых.

Л. Г. Два зьвяны або атрад.

Д. Г. Футбольны або наогул вялікі мяч.

А. Г. Усе гульцы, выяўляючы сабою чырвоных, становяцца ў кола. Заранеі з гульцоў выбіраецца чалавек 5—7 фашыстых. Адзін з іх становіцца ў сярэдзіну кола на абведзеную крэйдаю плошчу. Тыя, што стаяць у коле, па чарзе кідаюць у яго мяч. Фашысты, ня зыходзячы з месца, стараецца ўсьцерагчыся ад пападаў. Гульцы ўмаўляюцца паміж сабою аб ліку кіданьняў у фашыстага (ня меней 6 і ня болей 10 кіданьняў у кожнага). Калі 4 (з 6-ці) або 6 (з 10-ці) раз будзе пудла, дык фашысты ня лічыцца забітым. Забітага, або не забітага фашыстага, пасьля ўмоўленага ліку кіданьняў, падмяняе другі фашысты. Злоўлены мяч за папад ня лічыцца. Пападаньне ў галаву ці ў твар лічыцца пудлам. Калі большая колькасьць забіта фашыстых—выйграваюць чырвоныя, а калі не—фашыстыя.

З. Г. У фашыстых практыкуюцца мускулы тулавы і ўвага, выпрацоўваецца здольнасьць хутка зьмяняць у патрэбных выпадках свой стан. Ува ўсіх іншых разьвіваецца трапнасьць, сіла і спрытнасьць рук.

М. У. Гульня нязначна ўзбуджае організм,— трэба сачыць, каб ня было газарду. Праводзіць гульню трэба ня болей, як 15—20 мінут.

Па мячы.

Л. Г. Ад двух зьвеньняў да атраду.

Д. Г. Два кійкі, мяч або рэч, што падмяняе яго.

А. Г. Гульцы падзяляюцца на дзьве партыі і становяцца тварам адзін да другога на процілежных канцох пакою. На роўнай адлегласьці ад абедзьвюх партый пасярэдзіне пакою праводзіцца лінія. На лініі кладзецца мяч, пасьля чаго па чарзе, з кожнае групы па аднаму, падыходзяць да мяча гульцы з завязанымі вачыма і з кійком у руках. Яны павінны зьбіць з лініі адным ударам мяч. Выйграе тая партыя, якая больш за ўсіх будзе мець трапных пападаў пасьля выхаду ўсіх гульцоў.

З. Г. Разьвіваецца памяць і ўменьне орыентавацца ў цемнаце.

М. У. Ускладніць гульню можна паваротамі гульцоў з завязанымі вачыма. Ня можна аднача́сна пускаць да мяча разам двух гульцоў. Мяч павінен адбівацца па падлозе і ня моцна. У пакоі не павінна быць рэчаў, якія лёгка могуць разьбіцца або паламацца. Гульцы павінны расстаўляцца так, каб удары па мячы прыходзіліся міма вокан. Пажадана кожнаму гульцу даваць два выхады: для правае і для левае рукі па аднаму.

Піонэр дакладны.

Л. Г. Адно або два зьвяны.

М. Г. Клюб і мясцовасьць навокала яго.

Д. Г. Гадзіньнік для важака.

А. Г. Важак дае кожнаму піонэру пісульку, у якой паказана, праз які час пасьля сыгналу ён павінен прысьці да важака. Па сыгналу ўсе разыходзяцца, і кожны, паглядзеўшы на сваю пісульку, вызначае сабе час, калі яму патрэбна будзе прысьці к важаку і, прыблізна вызначыўшы яго, прыходзіць.

З. Г. Практыкуе здольнасьць орыентавацца ў часе.

М. У. Спачатку памылкі піонэраў у поўнай меры дапускаюцца на 20%, пазьней толькі да 10%. Час для прыходу павінен давацца кожнаму піонэру ня болей, як праз 3—4 мінуты пасьля папярэдняга. Піонэры павінны ведаць

толькі свой час, для гэтага пісулькі важака ўскрываюцца піонэрамі пасьля сыгналу „разысьціся“. Гульню можна праводзіць на аснове выпярэдніцтва зьвеньняў, але з пэўным заданьнем часу кожнаму піонэру. Выйграває тое зьвяно, у якога будзе меншы процант памылак. (Сума часу, данага ўсім піонэрам, ёсьць роўная суме часу яўкі ўсіх піонэраў).

На сыгнал.

Л. Г. Ад двух зьвеньняў да атраду.

Д. Г. Мэблі або зэдлікі.

А. Г. У пакоі расстаўляюцца мэблі, адным менш, чым гульцоў. Усе гульцы, выстраіўшыся адным радам у патыліцу, ходзяць за важаком, паўтараючы ўсе яго рухі і, па заранеи умоўленаму сыгналу, павінны заняць мэблі Той, каму ня хопіць зэдліка, пачынае вадзіць новую. партыю.

З. Г. Разьвівае ўвагу і здольнасьць хутка ўспрымаць рухі.

М. У. Практыкаваньні ў часе хады не павінны быць складанымі (рухі рук, ног, галавы і тулава). Сыгнал можна даваць і ў часе рухаў, а ня толькі паміж імі, і, апроч таго, у часе руху, раней умоўленага. Доўга праводзіць гульню не патрэбна. Напруджаньне гульні важак можа даць якое хоць. Тое-ж самае і ў адносінах да паасобных мускульных рухаў. Гэтая гульня вельмі выгадна для правядзеньня некаторых гімнастычных практыкаваньняў у выглядзе гульні. У ёй нават можна ўжыць некаторыя гімнастычныя прылады.

Ціхая музыка.

Л. Г. Атрад і болей.

Д. Г. Розныя рэчы.

А. Г. Гульцы расьсядаюцца ў пакоі. Адзін з іх выводзіцца з пакою. У гэты час важак умаўляецца з гульцамі аб тым, як і якую рэч захаваць так, каб гулец, што вышаў за дзьверы, яе не знашоў. Калі рэч схована, гулец уваходзіць, а ўсе пачынаюць напяваць мэлёдыю

(матыў) якой-небудзь песьні. Спачатку песьня пяецца ціхенька, але чым бліжэй падыходзіць гулец да таго месца, дзе схована рэч, тым мацней робіцца пяяньне. Калі-ж ён аддаляецца ад рэчы, пяяньне зноў заціхае, і так да тых пор, пакуль гулец ня знойдзе рэч.

З. Г. Разьвівае ўвагу, цямлівасьць і здольнасьць кіравацца слухавым успрыманьнем.

М. У. Спачатку гульню трэба праводзіць з лёгкімі заданьнямі. Пры паўтарэньні можна ўскладніць яе тым, што, апрача знаходжаньня рэчы, гулец павінен прарабіць яшчэ якія-небудзь рухі, прыкладам, такія: знашоўшы схованую ручку, ён павінен напісаць што-кольвек; знашоўшы шапку, ён павінен яе надзець. Калі гульцу не ўдаецца ў працягу 5—7 мінут знайсьці схованую рэч, дык яго трэба замяніць другім.

II. ЗІМОВЫЯ ГУЛЬНІ НА ПАВЕТРЫ.

АГУЛЬНЫЯ ЎВАГІ.

Уся зімовая праца як у школе, так і ў атрадзе, галоўным чынам праводзіцца ў памяшканьні. У зьвязку з гэтым трэба праводзіць большую частку піонэрскіх гульняў на сьвежым адкрытым паветры, каб асьвяжыць і аздаравіць піонэраў.

Праводзячы зімою гульню, трэба сачыць, каб дзеці былі лёгка, але цёпла адзеты, каб у часе гульні не стамляліся і моцна ня ўзбуджалі організму, а таксама не дазваляць ім нярухома валяцца ў сьнезе. Правадзіць гульні з сьнегам трэба з асаблівай асьцярожнасьцю, каб дзеці не прамерзьлі і не адмарозілі сабе рук і ног. І ўсё-ж самае галоўнае—не даваць дзецям хутка астыць, калі яны разагрэюцца і прапацеюць. (Астываньне пачынаецца тады, калі рухі рэзка спыняюцца і дзятва бязьдзейнічае). Каб не дапусьціцца да гэтага надзвычай шкоднага процэсу, трэба загадаць піонэрам хадзіць з сярэдняй скорасьцю, паступова прыцішаючы тэмп.

Хто раней.

Л. Г. Атрад.

М. Г. Горад або прадмесьце.

А. Г. Усе гульцы разьбіты на зьвеньні і параскіданы ў розных месцах. У вызначаны час зьвеньні, рознымі шляхамі, імкнучыся не спатыкацца з другімі, ідуць да зараней умоўленага месца, дзе павінна быць схована пісулька. У пісульцы вызначаецца шлях да наступнага пункту. Такім-жа парадкам, імкнучыся не спатыкацца ў дарозе, зьвеньні даходзяць і да другога пункту. Хто раней прыдзе і меней будзе спыняцца ў дарозе, той выйграе.

З. Г. Практыкуе здольнасьць орыентаваньня, знаходлівасьць і мускулы ног.

М. У. Спачатку гульня не павінна весьціся на вялікую адлегласьць (ня болей аднае вярсты). Таксама ня трэба ў першых гульнях затрудняць тлумачэньне дарогі ў пісульцы: у ёй павінны быць адмечаны найбольш характэрныя прыкметы дарогі. Пры паўтарэньні гульні можна яе ўскладніць тым, што ў пісульцы даецца такое апісаньне, якое пазнаецца толькі па компасу, сонцу або па кароткаму пляну мясцовасьці. У зімку гэту гульню на далёкую адлегласьць трэба праводзіць на лыжах.

Поўнач.

Л. Г. Зьвяно.

М. Г. Лясная мясцовасьць ці поле.

А. Г. Кожнаму піонэру даецца заданьне даведацца па мясцовых рэчах, дзе знаходзіцца поўнач. Праз пэўны час кожны, хто гуляе, павінен нарысаваць стрэлку ў кірунку на поўнач.

З. Г. Разьвівае здольнасьць орыентавацца ў знаёмай і незнаёмай мясцовасьці па мясцовых рэчах.

М. У. У першых гульнях трэба даваць болей часу для орыентаваньня і трэба хадзіць у больш знаёмую мясцовасьць.

Помнік.

Л. Г. Некалькі роўных зьвеньняў.

А. Г. Гульцы зьвеньнямі расстаўляюцца ў розных канцох пляцоўкі на аднакай адлегласьці ад цэнтру. На некалькі крокаў ад цэнтру, з боку кожнага зьвяна, праводзіцца лінія. Па камандзе важака кожны піонэр коціць камяк сьнегу ў кірунку да цэнтру. Дайшоўшы да лініі перад цэнтрам, гулец спыняецца, чакаючы другіх з свайго атраду. Калі ўсе зьбяруцца, яны зьляпляюць свае камякі ў адзін і гуртам коцяць яго к цэнтру. Зьвяно, што першае прыкоціць свой камяк

сьнегу, атрымлівае права „архітэктара“ (будаўнічага) і намячае плян пабудовы помніка. Пасьля гэтага гульцы ўсе разам з усіх камякоў сьнегу будуюць помнік.

З. Г. Выхоўвае колектыўнасьць і практыкуе мускулы рук, ног і тулава. Пры сырым сьнезе гульня моцна ўзбуджае організм. У зьвяна разьвіваюцца элемэнты пляніроўкі і мастацкасьці.

М. У. Трэба расплянаваць пляцоўку так, каб гульцом ня прышлося многа бегаць. Як толькі зьвеньні прыдуць к цэнтру, трэба зараз-жа зрабіць перапынак, у часе якога праводзяцца дыхальныя і супакойваючыя практыкаваньні. Лепш за ўсё хадзьба з дыхальнымі практыкаваньнямі.

Разьбяры (скульптары).

Л. Г. Атрад.

А. Г. Гульня падзяляецца на два пэрыоды. Першы пэрыод падрыхтоўчы (у пакоі). Другі пэрыод—рабочы (на паветры). У першы пэрыод, па агульнаму заданьню важака, кожнае зьвяно намячае сабе тэму—ідэю, па якой яму трэба будзе зьляпіць статую. Пасьля гэтага зьвеньні пачынаюць выконваць заданьне. Паміж піонэрамі ў кожным зьвяне разьмяркоўваюцца асобныя функцыі (падносіць сьнег, ляпіць, чысьціць і г. д.), і ў намечаны тэрмін вырабляецца статуя. Выйграўшым лічыцца тое зьвяно, якое ў тэрмін і найбольш удала выляпіць статую.

З. Г. Разьвівае мастацкасьць, колектыўную творчасьць; практыкуюцца мускулы ног.

М. У. На выкананьне ўсяго заданьня трэба даць ня меней аднаго і ня болей двух тыдняў. Важак дае піонэрам толькі тэму, але не аснову яе, напрыклад: аб Леніне, аб смычцы гораду з вёскаю і г. д. Гульня можа праводзіцца таксама і без агульнае тэмы (тэмы выбіраюцца зьвеньнямі). У такім выпадку выйграе тое зьвяно, каторае ў сваю творчасьць укладзе больш клясавасьці і мастацкасьці. Да ацэнкі выкананых заданьняў трэба

запрашаць людзей, якія добра разумеюць у гэтай справе. Лепшыя статуі абліваюцца ў мароз вадою, каб перавярнуць іх у лядзяныя.

У цэль.

Л. Г. Ад двух зьвеньняў да шасьці.

Д. Г. Фанэрныя або картонныя цэлі.

А. Г. Зьвеньні, выстраіўшыся ў адзін рад на роўнай адлегласьці адно ад другога, праводзяць перад сабою лінію, на якой выстаўляюцца цэлі, па адным на кожнае зьвяно. Затым па чарзе піонэры кожнага зьвяна кідаюць сьнежкамі ў свой цэль або ў цэлі суседніх зьвеньняў. На кожнае зьвяно даецца пэўна вызначаны і для ўсіх аднакі лік кіданьняў.

Выйграе тое зьвяно, якое ў рэзультаце будзе мець большую колькасьць удала кінутых сьнежак.

З. Г. Разьвівае сілу і трапнасьць пападаць у цэль, а таксама разьвівае мускулы рук і верхняй часткі тулава. Узбуджае організм у вышэйшай ступені.

М. У. Цэлі павінны выстаўляцца ня бліжэй, як на 20 крокаў. Ля кожнага цэлю павінен знаходзіцца судзьдзя, які будзе адмячаць колькасьць трапных пападаньняў кожнага зьвяна.

Зваліць буржуя.

Л. Г. Ад двух зьвеньняў да чатырох.

М. Г. Гладкая пляцоўка плошчаю ў 30 крокаў, а то і болей.

Д. Г. Два пудзілы з сьнегу, аднакія па разьмеры.

А. Г. На процілежных канцох пляцоўкі становяць два пудзілы. Перад кожным пудзілам, адступіўшы на пяць крокаў, праводзіцца лінія. На гэтай лініі, крыху ў бок ад пудзілаў, выстройваюцца гульцы, якія падзелены на дзьве партыі. Затым па камандзе кожная партыя, ня выходзячы за лінію, пачынае кідаць сьнежкамі ў „буржуя“. Праз пэўны час гульня спыняецца. Выйграўшаю лічыцца тая партыя, якая большую колькасьць разоў зьбіла галаву „буржую“.

З. Г. Практыкуе мускулы ног і верхняй часткі тулава; выпрацоўвае трапнасьць. Гульня ў вышэйшай ступені ўзбуджае організм і пры напруджаным адбываньні патрабуе супакойлівых рухаў.

М. У. Дзеля таго, каб гульня не затрымлівалася, трэба заранеи падрыхтаваць запасныя голавы пудзілаў і замяняць імі зваленыя. Ля кожнага пудзіла павінен знаходзіцца судзьдзя. Галаву буржуя трэба ставіць няпрылепліваючы на тулава.

Сочка.

Л. Г. Атрад і болей.

М. Г. Мясцовасьць каля клюбу або вуліца ці прадмесьце.

А. Г. Піонэры зьвеньнямі разыходзяцца, пакінуўшы адно або два зьвяны ў клюбе. Адыходзяць зьвеньні ня вельмі далёка, але ў часе хады яны павінны заблытаць свае сьляды так, каб трудна было за імі прасачыць. Затым зьвеньні хаваюцца. А тыя, што засталіся ў клюбе, атрымаўшы ад важака заданьне знайсьці схованыя зьвеньні, сочаць па іх сьлядох і, здараецца, што знаходзяць.

З. Г. Практыкуецца назіральнасьць і сьледазнаўства.

М. У. Гульню трэба разьвіваць паступова, узяўшы спачатку невялікую адлежнасьць, нязначна блытаючы сьляды і праводзячы гульню на сьвежа выпаўшым сьнезе. Дзеля таго, каб зьвяну лягчэй было знайсьці схованае зьвяно, кожнае зьвяно мае свой асобны значок, які яно павінна кінуць на сьнезе. Гульню доўга праводзіць ня раіцца. Хавацца зьвеньні павінны ў мясцох, што абаронены ад уплыву пагоды (пуня, хата).

Не зявай.

Л. Г. Зьвяно—атрад.

А. Г. Гульцы, падзеленыя на дзьве роўныя партыі, выстройваюцца адзін напроціў другога на адлежнасьці 20 крокаў. У сярэдзіне праводзіцца лінія. Па камандзе важака абедзьве партыі выходзяць з сваіх гарадкоў да

сярэдняй лініі. Там яны ўтвараюць пары з гульцоў процілежных партый (адзін з аднае, другі з другое), якія вырабляюць слупкі з сьнегу і камечаць сьнежкі, кладучы іх каля слупка. Зрабіўшы гэта, шэрагі адступаюць крок назад. Адна з партый выяўляе сабою злодзеяў, другая—вартаўнікоў. Заданьне першых—украсьці сьнежкі, заданьне другіх—не дапусьціць да гэтага. Па камандзе важака кожны злодзей робіць усялякія рухі, якія вартаўнік павінен паўтараць. Забаўляючы гэтым увагу вартаўніка, злодзей павінен украсьці сьнежку. Вартаўнік, замеціўшы, што сьнежка ўкрадзена, ня зыходзячы з месца, павінен выцяць сьнежкаю ў злодзея, які ўцякае ў свой горад. Калі на працягу пэўнага часу вартаўнікі ня вытнуць сьнежкамі большасьці злодзеяў, дык выйграюць партыю гульцы ў ролі злодзеяў.

З. Г. Гульня разьвівае мускулы цела, рук і ног, а таксама здольнасьць пападаць у рухомы цэль. Моцна ўзбуджае організм гульцоў у ролі злодзеяў і ў сярэднім—вартаўнікоў.

М. У. Дзеля таго, каб гульня вялася правільна, на кожныя тры-чатыры пары гульцоў павінен быць судзьдзя. Гульню бяз зьмены роляй партыямі доўга праводзіць няможна затым, што ногі ў аднэй партыі зусім бязьдзейнічаюць. Злодзей не павінен рабіць такіх рухаў, якія не давалі-б магчымасьці вартаўніку сачыць за ім (паварот кругом, нагінаньне назад і інш.).

Бітва.

Л. Г. Два зьвяны.

А. Г. На канцох пляцоўкі, на адлегласьці 20 крокаў, выстройваюцца дзьве партыі. Па чарзе кожная з іх цаляе ў другую сьнежкамі. Гульцы ня маюць права саступаць з свайго месца, а, стоячы на адным месцы, павінны ўсьцерагчыся ад udараў. Гулец, у якога пападзе сьнежка, выбывае з гульні. Выйграе тая партыя, якая к пэўнаму часу застанецца з большай колькасьцю гульцоў. Пападаньне ў галаву і ў твар залічаецца ў

адваротным парадку, г. зн. гулец, цэліўшы сьнежкаю ў твар ці ў голаву, выходзіць з гульні.

З. Г. Гульня разьвівае трапнасьць, спрытнасьць і сілу кіданьня. Практыкуе мускулы цела і рук. Узбуджае арганізм у вышэйшай ступені.

М. У. Гульню доўга праводзіць няможна. Трэба строга змагацца з праявамі жорсткасьці. Сачыць, каб сьнежкі былі толькі з мяккага сьнегу.

На белых (забраньне акопу).

Л. Г. Атрад і болей.

М. Г. Вялікая адкрытая палянка з раней пабудаванаю з сьнегу крэпасьцю-акопам. Крэпасьць складаецца з 4-х сьцен і мае 4 (а то і болей) выхады.

Д. Г. Два сьцягі: адзін чырвоны, другі белы.

А. Г. Акоп займаюць белыя; над ім калыхаецца белы сьцяг. Чырвоныя, якіх у два або ў тры разы болей, наступаюць на акоп. Наступленьне вядзецца шляхам кіданьня сьнежак. Піонэр, у якога пападзе сьнежка, выходзіць з гульні. Заданьне чырвоных—выбіць з акопу белых і захапіць іх сьцяг, а самім заняць крэпасьць і разьвесіць над ёю чырвоны сьцяг. Белыя з крэпасьці могуць рабіць вылазкі з мэтаю захапленьня сьцягу ў чырвоных. Калі гэта ім удасца—яны перамаглі.

З. Г. Гульня разьвівае спрытнасьць, сілу рук, цямлівасьць і выпрацоўваюцца элемэнтарныя тактычныя паняцьці.

М. У. Каб гульня вялася правільна, назначаюцца тры судзьдзі. Адзін знаходзіцца ў крэпасьці, другі ў чырвоных і трэці—галоўны—назірае за ходам усяе гульні. Сьнежкі павінны быць чыстыя, без каменьняў і ледзякоў. Гульні ня трэба доўга праводзіць. Пападаньне ў галаву і ў твар ня выводзіць гульца з гульні.

III. ЛЕТНІЯ РУХАВЫЯ ГУЛЬНІ.

АГУЛЬНЫЯ ЎВАГІ.

Летні пэрыод асабліва спрыяе фізычнаму аздараўленьню піонэраў. У зьвязку з гэтым правільна наладжаныя гульні набываюць асаблівае значэньне, бо яны ўключаюць у сябе ўсе віды натуральных рухаў. Ува ўсёй працы атраду гульні павінны займаць выдатнае месца. Ніводзін збор атраду, ніводзін збор зьвяна не павінен праходзіць бяз гульняў. Па-за межамі атраду і зьвеньняў дзеці таксама гуляюць; дзеля гэтага ў заданьне важака атраду павінна ўвайсьці ня толькі праводжаньне гульняў, але і тлумачэньне іх піонэрам, як патрэбна праводзіць. Месца для гульні можна выбраць любое, абы яно адпавядала гігіенічным правілам, а таксама трэба толькі забясьпечыць гульцоў вадою, халадком і сонцам.

Гульні, адмечаныя зоркаю (*), можна праводзіць зімою.

---

* У дарогу.

Л. Г. Атрад і болей.

А. Г. Гульцы становяцца ў адзін рад. Важак праводзіць гутарку аб тым, што атраду трэба прайсьці непараўнальна вялікую адлегласьць, поўную розных перашкод. Пасьля гэтага атрад вырушае ў дарогу. У паходзе важак робіць розныя рухі, а за ім усе гульцы павінны іх паўтараць.

З. Г. Разьвівае ўспрымальнасьць, а таксама, пры належных абставінах, служыць сродкам для правядзеньня гімнастычных практыкаваньняў у гульні.

М. У. Усе рухі не павінны быць складанымі. Яны выяўляюць сабою моманты перамогі розных перашкод: пералазы цераз плот, пераскокваньне цераз канавы і г. д. Па магчымасьці трэба імкнуцца прарабляць гэта на сапраўдных натуральных рэчах, а не на ўяўных. Узімку гульню можна дапоўніць цэлым шэрагам рухаў на лыжах.

*Вусень.

Л. Г. Некалькі аднакіх зьвеньняў.

А. Г. Зьвеньні выстройваюцца ключом у патыліцу. Галаўныя зьвеньняў знаходзяцца на аднэй лініі. Рукі кожнага гульца паложаны на плечы свайго пярэдняга таварыша. Па камандзе ўсе зьвеньні бягуць у такім стане да азначанага месца. Выйграе тое зьвяно, якое, не парваўшыся па дарозе, першым прыбяжыць к гэтаму месцу.

З. Г. Практыкуе мускулы ног, тулава і разьвівае чуцьцё адказнасьці кожнага гульца перад колектывам (гуртам).

М. У. Пры вызначэньні адлегласьці трэба абавязкова браць пад увагу век гульцоў. Для гульцоў 10—13 год адлегласьць не павінна быць большаю за 20 мэтраў; для 14—16 год—40 мэтраў. Гульня моцна ўзбуджае організм сэрца і лёгкія. Пасьля яе трэба рабіць супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні.

Жабы.

Л. Г. Два зьвяны, а то і болей.

А. Г. Зьвеньні становяцца ў адну лінію. Па камандзе ўсе гульцы прысядаюць, трымаючы рукі на бёдрах. Пасьля сыгналу яны, не паднімаючыся, як жабы, скачуць наперад у простым кірунку. Гульцы, што ўстануць або паваляцца, лічацца выбыўшымі з гульні. Выйграе тое зьвяно, у якога будзе меней выбыўшых гульцоў і якое раней за ўсіх прыскача на вызначанае месца.

З. Г. Практыкуюцца мускулы ног, жывата і сьпіны.

М. У. Выстройваючы гульцоў у вадну лінію, трэба расстаўляць іх па веку і аднакімі зьвеньнямі. Адлежнасьць, якую ім трэба праскакаць, не павінна перавышаць 20—25 крокаў. Пасьля гульні робяцца супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні.

Бег на тры нагі.

Л. Г. Ня болей атраду.

Д. Г. Матузкі для зьвязваньня ног.

А. Г. Гульцы расстаўляюцца поплеч парамі паводле веку.

У кожнай пары зьвязваюцца стульныя галёнкі: левая аднаго з праваю другога. Стульныя рукі гульцы кладуць адзін другому на плечы, на манеру таго, як-бы яны абняліся. Затым па камандзе ўсе пары павінны бегчы да вызначанага месца. Пары, якія ў часе бегу спыняцца або паваляцца, выбываюць з гульні. Выйграе тая пара, што першая прыдзе да вызначанага месца.

З. Г. Разьвіваецца здольнасьць каардынацыі свайго руху з чужым, практыкуюцца, галоўным чынам, мускулы ног і ў меншай меры тулава.

М. У. Гульня моцна ўзбуджае організм. З гэтае прычыны пасьля гульні трэба праводзіць супакойлівыя рухі. Матузкі лепей за ўсё замяняць бінтам і туга не завязваць. А калі-ж зьвязваюцца ногі аборкаю, ці матузком, дык трэба, каб ня рэзаліся ў ногу.

* Бег з бульбінай.

Л. Г. Два зьвяны, аднакія па складу.

Д. Г. Бульбіна ды лыжкі (або прыладзьдзі з дошчачак).

А. Г. Кожны гулец трымае лыжку, у якой ляжыць бульбіна. Па камандзе важака гульцы бягуць азначаную адлегласьць. Выйграе тое зьвяно, якое найхутчэй прыбяжыць к месцу і ў часе бегу ня выкіне з лыжкі бульбіны.

З. Г. Практыкуюцца мускулы ног і тулава; разьвіваецца здольнасьць утрымліваць роўнавагу.

М. У. Гульню ня раіцца многа разоў упадрад паўтараць з тымі-ж самымі гульцамі. Пасьля скончэньня гульні трэба прарабіць дыхальныя практыкаваньні, злучаныя з хадою.

Пажарнікі.

Л. Г. Зьвеньні—атрады.

Д. Г. Два вядзерцы або конаўкі.

А. Г. Гульцы выстройваюцца ў два або некалькі радоў роўналежна адзін другому. Перадавы кожнай партыі

атрымлівае вядзерца з вадою, якое ён пасьля сыгналу павінен перадаваць па сваім шэрагу далей. Задні кожнай партыі, атрымаўшы вядзерца, павінен яго аддаць важаку. Выйграе тая партыя, якая найраней аддасьць вядзерца і не разальле вады.

З. Г. Практыкуюцца мускулы рук, тулава, а таксама прывучае, як патрэбна абыходзіцца з вадкасьцю пры хуткім руху, і выпрацоўвае жыцьцёвыя прывычкі.

М. У. Вядзерца з вадою, або якая іншая пасудзіна, не павінна быць цяжкаю па аб'ёму і вазе. Пры перадаваньні вядзерца трэба галоўную ўвагу зьвяртаць на тое, каб вада ня вылілася з пасудзіны. Рады гульцоў па магчымасьці павінны быць аднакімі па сваёй сіле і спрытнасьці.

Бег у мяшку.

Л. Г. Ня болей двух зьвеньняў пры індывідуальным ухіле і некалькі пры гуртавым.

Д. Г. Мяшкі і завязкі (аборкі).

А. Г. Гульцы ўлазяць у мяшок з нагамі і падвязваюць яго аборкаю. Па камандзе ўсе гульцы бягуць да вызначанага месца. Выйграе той, хто раней за ўсіх прыбяжыць на вызначанае месца і ў дарозе ні разу не паваліцца.

З. Г. Гульня практыкуе мускулы ног і тулава, а таксама пачуцьцё роўнавагі.

М. У. Яшчэ болей, як у папярэдніх гульнях, тут трэба браць пад увагу век дзяцей. Адлегласьць для старэйшых дзяцей не павінна быць звыш 20 мэтраў. З малодшымі піонэрамі гэту гульню лепей ніяк не праводзіць. Пры завязваньні ў мяшок рукі павінны заставацца вольнымі. Пасьля гульні патрэбна рабіць супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні. Гульню можна весьці, узяўшы за аснову выпярэдніцтва зьвеньняў. Выйграе тое зьвяно, у якога большасьць гульцоў прыдуць першымі. Зьвеньні павінны быць блізка-што роўнымі.

*Перацягваньне.

Л. Г. Два зьвяны.

А. Г. Гульцы выстройваюцца ключом, партыя напроціў партыі. Перадавыя, моцна сашчапіўшыся адзін за другога (тварамі адзін да другога), цягнуць супраціўніка, кожны ў свой бок. Усе іншыя гульцы ім дапамагаюць. Выйграе тая група, якая ў пэўны час перацягне на свой бок процілежную.

З. Г. Практыкуе мускулы ног, тулава і згібы рук. Колектывізуе дзеяньні гульцоў.

М. У. Пасьля гульні трэба праводзіць супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні. Гульню не паўтараць болей двух раз.

Увага: Гэту гульню лепей праводзіць з вяроўкаю. Вяроўку трымаюць у руках усе гульцы абедзьвюх партый. Яна працягнута праз увесь ключ, пад пахаю аднае рукі кожнага гульца. Правілы і элемэнты тыя-ж самыя. Калі праводзіць гэту гульню з 10, а то і болей гульцамі ў кожнай партыі, дык вяроўка канечна патрэбна.

Пара за парай.

Л. Г. Атрад.

А. Г. Гульцы становяцца парамі, тварам адзін к другому, утвараючы гэтым два роўналежныя рады. Пасьля бяруцца за рукі і падымаюць іх угору, каб паміж радамі быў вольны праход. Аднаму гульцу не хапае пары. Ён, пачынаючы з левага флянгу, бяжыць пад рукамі і па дарозе захапляе аднаго гульца, які павінен бегчы разам з ім. Новая пара становіцца сьпераду ўсіх гульцоў. Усе іншыя падсоўваюцца да правага флянгу і запаўняюць пусты рад. Той, хто застанецца бяз пары, робіцца вадзячым, зноў бяжыць.

З. Г. Практыкуе мускулы сьпіны, жывата і ног.

М. У. Гульню асабліва доўга праводзіць ня трэба. Таму, хто будзе многа бегаць, гульня робіцца цяжкаю, а дзеля гэтага трэба сачыць, каб бегалі ўсе па чарзе.

*Цягні ў кола.

Л. Г. Ня болей двух зьвеньняў.

А. Г. На зямлі абрысоўваецца кола, якое разьлічана на ўсіх гульцоў, што будуць прымаць удзел у гульні. Гульцы становяцца ўвакруг кола пры самай яго мяжы, тварам адзін да другога і моцна трымаюцца за рукі. Па сыгналу кожны гулец цягне за руку ў кола свайго суседа, але, разам з тым, хоча ня выпусьціць з свае рукі, руку другога суседа. Гулец, які ўступіць у кола, выбывае з гульні.

З. Г. Разьвівае мускулы тулава.

М. У. Гульню болей двух раз праводзіць ня трэба. Пасьля гульні патрэбна прарабіць супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні.

*Рыбаловы і рыбкі.

Л. Г. Атрад, а то і болей.

А. Г. Усе гульцы, апроч двух, зьяўляюцца рыбкамі і разьбягаюцца па ўсёй пляцоўцы. Двое, што засталіся—рыбалкі, пабраўшыся за рукі, пачынаюць „вудзіць рыбу“, г. зн. лавіць гульцоў. Рыбка лічыцца злоўленаю, калі да яе чым-небудзь дакранаецца рыбалоў. Злоўленыя рыбкі робяцца памоцнікамі рыбалкаў, яны становяцца паміж двух рыбаловаў, бяруцца за рукі і дапамагаюць лавіць рыбак. Лавіць могуць толькі крайнія рыбалкі. Гульня заканчваецца тады, калі палоўлены ўсе рыбкі, або ў зараней вызначаны час.

З. Г. Разьвівае спрытнасьць, мускулы ног, тулава, а ў рыбалкаў практыкуецца дапасованасьць у дзеяньнях.

М. У. Гульня ўзбуджае організм, патрэбна рабіць супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні.

Увага: Варыяцыя гэтай гульні такая: рыбалкаў болей, як рыбак. Заданьне рыбалкаў не лавіць рыбак па аднэй, а абкружыць іх і злавіць усіх разам.

Трэці лішні (Лішка).

Л. Г. Атрад.

А. Г. Усе гульцы выстройваюцца ў кола парамі адзін за другога. Аднэй пары не хапае месца. Тады з гэтае пары адзін бяжыць, а другі яго ловіць. Каб ня дацца злавіць, уцякач павінен стаць барджэй у сярэдзіну кола сьпераду абы-якое пары. З гэтае пары той гулец, што раней быў другім, цяпер стаўся трэцім „лішнім“ і ўцякае. Той, хто ловіць, павінен бегчы за ім. Калі ўцекача кране чым-небудзь той, што ловіць, тады ўцякач лічыцца злоўленым і ўжо ён пачынае лавіць таго, хто яго лавіў. Гульня спыняецца ў вызначаны час.

З. Г. У тых, хто бегае, разьвіваюцца мускулы ног, а ўва ўсіх іншых—уважлівасьць.

М. У. Патрэбна сачыць за параю, каб яна ў часе бегу далёка не аддалялася ад кола. Бегаць у сярэдзіне кола не дазваляецца. Чым найхутчэй уцякач становіцца ў кола, тым цікавейшаю робіцца гульня і найбольшы лік асоб у ёй прымае ўдзел. Таксама трэба сачыць, каб уцякач, стаўшы ў кола, зрабіў некалькі дыхальных практыкаваньняў.

Лябірынт.

Л. Г. Атрад, а то і болей.

А. Г. Гульцы выстройваюцца ў некалькі радоў на адлегласьці выпрастаных рук адзін ад другога і трымаюцца за рукі ўдаўжкі шэрагу. Двое гульцоў знаходзяцца звонку шэрагаў. Па сыгналу адзін з іх пачынае лавіць другога. Бегаць можна наўкола і паміж радоў. Усе гульцы трымаюць рукі выпрастанымі ў бакі і бягунцы павінны бегаць толькі ў „завулках“, паміж радоў, а не пралазіць пад рукі. Калі набліжаецца да ўцекача той, хто яго ловіць, важак часамі падае каманду „ўправа“ або „ўлева“, па якой гульцы паварочваюцца, пусьціўшы рукі суседзяў, але трымаючы іх простымі, і павярнуўшыся, барджэй хапаюцца за рукі з новымі суседзямі. Такім чынам, утвараюцца новыя завулкі.

З. Г. Гульня разьвівае ўважлівасьць, орыентаваньне, мускулы ног і рук.

М. У. Патрэбна хутка і часта чаргаваць бегаючыя пары, каб не стаміць тых гульцоў, што стаяць, з паднятымі рукамі. Каманду трэба падаваць хутка непадзельна, але ясна. Можна ў пачатку гульні ўмовіцца рабіць паварот толькі ў адзін бок.

*Вудачка.

Л. Г. Ня болей, як атрад.

Д. Г. Аборка з прымацаваным цяжарам.

А. Г. Гульцы робяць кола. У сярэдзіну кола становіцца вадзячы; ён трымае ў руках аборку або паясок з невялікім цяжарам на канцы аборкі. Па сыгналу вадзячы пачынае круціць аборкаю па зямлі пад нагамі гульцоў. Пры набліжэньні аборкі к нагам, гулец павінен падскочыць, каб яна яго не закранула. Гулец, якога кранула аборка, робіцца вадзячым.

З. Г. Разьвівае мускулы ног і ўважлівасьць.

М. У. Цяжар на аборцы павінен быць невялікі і няцьвёрды. Лепш за ўсё прывязваць к канцу аборкі мяшэчак з пяском. Трэба не даваць аднаму гульцу доўга быць у коле, яго павінны замяняць іншыя. Гульня ўзбуджае організм, і тым болей узбуджае, чым хутчэй круціцца вудачка. Патрэбны супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні.

Пустое месца.

Л. Г. Неабмежаваны.

А. Г. Гульцы робяць кола. Адзін гулец знаходзіцца за колам. Ён пачынае бегаць навакола яго і кранае каго-небудзь з гульцоў. Той, каго крануў вадзячы, павінен уцякаць з кола і бегчы насустрач вадзячаму, каб першаму стаць на пустое месца. Хто спозьніцца заняць пустое месца, той робіцца вадзячым.

З. Г. Практыкуе мускулы ног і ўважлівасьць.

М. У. Пустое месца павінна ясна відаць бегаючым. Дзеля гэтага гулец, што стаіць управа ад пустога месца, падымае ўгору руку. Ня трэба дазваляць бегаючым стыкацца і спыняцца. Трэба сачыць, каб гулец, стаўшы на пустое месца, зрабіў некалькі глыбокіх удыхаў, або адно-два дыхальныя практыкаваньні. Яны тым больш патрэбны, чым большае кола.

Дзяга.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Пояс або дзяга.

А. Г. Гульцы робяць цеснае кола, залажыўшы назад рукі. Дзяга знаходзіцца ў вадзячага—аднаго з гульцоў, які стаіць звонку кола. Хутка абягаючы кола, вадзячы няпрыкметна перадае дзягу аднаму з гульцоў. Гулец, што атрымаў дзягу, павінен выцяць ёю свайго правага суседа. Той, баронячыся ад удараў, павінен кругом абегчы кола і зноў стаць на сваё месца. Гулец, які атрымае дзягу, робіцца вадзячым, а вадзячы займае яго месца.

З. Г. Практыкуе мускулы ног, часткова рук, разьвівае чуткасьць і ўвагу.

М. Г. Ня трэба дазваляць бегаць некалькі разоў падрад адным і тым-жа гульцом. Дзяга павінна быць мяккая. Паяском або дзягаю моцна ня біцца.

Чырвонае ды белае.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Квадратовая дошчачка з аднаго боку афарбавана ў чырвоны колер.

А. Г. Гульцы падзяляюцца на дзьве роўныя партыі—на чырвоных і белых і становяцца ў два рады, сьпіною адзін да другога на адлегласьці аднаго кроку. На 20—25 крокаў ад кожнага раду праводзіцца лінія—„горад“ партыі. Важак падкідае ўгору дошчачку ды абвяшчае „чырвоны“ або „белы“—гледзячы на тое, якім бокам угору ляжа дошчачка. Калі важак крыкне „белы“, дык партыя белых уцякае ў свой горад, а чырвоныя

абарачаюцца і іх ловяць. Злоўленыя гульцы выбываюць з гульні. Гульня можа скончыцца па жаданьню саміх гульцоў або тады, калі большасьць гульцоў аднае партыі захоплена ў палон.

З. Г. Практыкуе мускулы ног, увагу, хуткасьць рэагаваць дзеяньнем на сыгнал.

М. У. Гульню можна праводзіць некалькі разоў. Век асаблівай ролі ня йграе.

У пало́н.

Л. Г. Атрад.

А. Г. Гульцы, падзеленыя на дзьве роўныя партыі, становяцца ў два рады, адзін напроціў другога, на адлегласьці 20—25 крокаў. Па сыгналу ўсе гульцы выпростваюць перад сабою рукі. Ад процілежнай партыі чаргою па аднаму выдзяляюцца піонэры, якія падыходзяць да шэрагаў супраціўніка і б'юць па выцягнутых руках. Выцяць трэба тры разы і ўцякаць барджэй у свой „горад“. Хто атрымае тры ўдары, той павінен выбегчы з свайго гораду, схапіць таго, хто яго біў. Калі гулец схоплен за мяжою свайго „гораду“, дык ён пападае ў пало́н. Выйграе тая партыя, якая захопіць большую колькасьць палонных.

З. Г. Разьвівае хуткасьць рэагаваць дзеяньнем на сыгнал, а таксама разьвівае мускулы ног і рук.

М. У. Важак павінен пільна сачыць за тым, каб гульцы не ўваходзілі ў газард і каб іх удары ня былі моцнымі. Лепей ставіць гульцоў у рады па аднакаму веку і па сіле.

Увага: У гэтай гульні магчыма такая зьмена: забраныя ў палон становяцца за патыліцу таму, хто іх забраў. Калі-ж іх забраньнік будзе сам захоплен у палон, тады палоньнікі ўцякаюць к сваім.

Карасі ды шчупак.

Л. Г. Два зьвяны, ато і болей.

А. Г. На процілежных канцох пляцоўкі, на адлегласьці 15—20 крокаў, ачырчаюцца гарады. У вадным з гэтых

гарадоў знаходзяцца карасі. А на палове дарогі ад кожнага гораду знаходзіцца шчупак. Шчупак пытаецца: „Карасі, баіцеся мяне?“ Карасі з адказам „не“ павінны перабегчы з аднаго гораду ў другі. Каго шчупак зловіць, той адводзіцца ў бок. А калі зьбярэцца шмат „вывуджаных“ карасёў, тады з іх на тэрыторыі шчупака (паміж гарадамі) наладжваецца сетка (рады, кола і іншыя фігуры рознага абрысу) у залежнасьці ад ліку злоўленых карасёў. Карасі, злоўленыя нанава—ідуць на расьціланьне сеткі. Перабягаючы з аднаго гораду ў другі, карасі абавязкова павінны пералазіць цераз сетку, у якой шчупак лавіць ня можа.

З. Г. Практыкуецца спрытнасьць, знаходлівасьць і мускулы ўсяго тулава.

М. У. Пэўная колькасьць гульцоў павінна адпавядаць пэўнай колькасьці шчупакоў. Гэта, прыблізна, адзін шчупак павінен прыходзіцца на 10 карасёў. Гульцы, што знаходзяцца ў сетцы, ня маюць права лавіць альбо затрымліваць карасёў. А карасі, у сваю чаргу, ня маюць права абрываць сетку, а толькі пралазіць праз яе пад рукі.

Страляньне ў цэль.

Л. Г. Атрад, ато і болей.

М. Г. Мясцовасьць з хмызьняком за горадам.

Д. Г. Напісаныя на вялікіх 4-кутных картонках цыфры.

А. Г. Перад пачаткам гульні некалькі гульцоў (гледзячы па іх агульнай колькасьці), атрымаўшы нумары, хаваюцца ў хмызьняку ў розным кірунку. Усе іншыя гульцы зьвеньнямі адводзяцца за 100—150 крокаў ад таго месца, дзе схаваліся гульцы-нумары. Па зараней умоўленых сыгналах важака адпаведны нумар хутка выскаквае, трымаючы ўгары ў руках свой нумар, і раптоўна-ж хаваецца. Гульцы павінны запрымячаць і запісваць, які нумар і ў якім месцы выскачыў. Па сканчэньні гульні ў зьвеньняў робяцца падагульненьні, хто правільна вызначыў нумар і месца. Зьвяно, якое

мае большую колькасьць правільных паказаньняў, лічыцца выйграўшым.

З. Г. Практыкуе зоркасьць, вокамер і орыентаваньне.

М. У. Гульню няможна праводзіць пасьля разумовае працы. У першых гульнях трэба даваць меншую адлегласьць і больш часу, каб лепей можна было запамятаць нумар і месца, потым паступова зьмяншаць час і павялічваць адлегласьць. Між цэльлю і стральцамі знаходзяцца судзьдзі, якія сочаць за правільным ходам „страляньня“.

Шуканьне таварыша.

Л. Г. Некалькі зьвеньняў.

А. Г. Важак атраду намячае аднаго піонэра, які павінен будзе перад самым пачаткам гульні схавацца на адлегласьці 1—2 вёрст ад таго месца, дзе пачынацьмецца гульня. Гэту схаванку піонэра павінен ведаць толькі адзін важак. Пасьля гэтага важак атраду дае павадыром зьвеньняў закрытыя пісулькі, у якіх досыць заблытана гаворыцца аб тым шляху, які вядзе к схаванаму таварышу. Усе зьвеньні павінны знаходзіцца на роўнай адлегласьці ад схаванага таварыша і па магчымасьці ў аднакіх умовах, але такім парадкам, каб адно зьвяно ад другога было-б на далёкай адлегласьці, ня меней, як на вярсту або на палову вярсты. У вызначаны час пачынаецца шуканьне. Выйграўшым лічыцца тое зьвяно, якое хутчэй за ўсіх знойдзе таварыша.

З. Г. Разьвівае знаходлівасьць, орыентаваньне і колектыўнасьць.

М. У. У першых гульнях ня трэба даваць у пісульках цяжка зразумелыя паказаньні. Пісулькі павінны быць напісаны паасобку для кожнага зьвяна, прымаючы пад увагу век піонэраў гэтага зьвяна. Перад пачаткам гульні можна правесьці гутарку, якая будзе характарызаваць гульню, як барацьбу заходніх братоў за вызваленьне свайго таварыша з панскае турмы. Калі такая гутарка будзе праведзена, то ў пісульках патрэбна адзначыць небясьпечныя мясьціны, прыкладам: заставы, варты і г. д.; іх

зьвеньні павінны абмінуць. Да кожнага зьвяна вызначаецца судзьдзя, які сочыць за правільным правядзеньнем гульні. Перш чым разводзіць зьвеньні, трэба вызначыць час і месца, куды яны павінны зысьціся пасьля таго, як знойдуць, а хоць сабе і ня знойдуць к тэрміну, свайго таварыша.

*Бой пеўняў.

Л. Г. Зьвяно, а то і болей. Падбор гульцоў паводле веку.

А. Г. Гульцы, злажыўшы накрыж рукі на грудзёх і стоячы ўсе на аднайменнай назе, наступаюць на гульцоў другое партыі, якія знаходзяцца ў такім-жа стане. Мэта кожнага гульца—прымусіць свайго супраціўніка стаць на абедзьве нагі. Калі каму-небудзь з гульцоў удасца гэта зрабіць, дык ён, не зьмяняючы стану, можа памагаць таварышу з свае партыі. Выйграе тая партыя, у якой будзе большы лік гульцоў перамагальнікамі.

З. Г. Практыкуе мускулы ног і тулава, разьвівае спрытнасьць і здольнасьць захоўваць роўнавагу.

М. У. Судзьдзі павінны строга сачыць за тым, каб гульцы перапіхаліся толькі плячо ў плячо. Гульцы могуць праз пэўны час па сыгналу зьмяніць ногі. Хто зьменіць нагу раней часу, той лічыцца пераможаным. Пасьля гульні абавязковы супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні.

*Вал на вал.

Л. Г. Некалькі зьвеньняў.

А. Г. Гульцы становяцца ў два рады тварам адзін да другога. Паміж імі, на роўнай адлегласьці, праводзіцца „баявая“ лінія. Наабапал гэтай лініі, у кірунку да радоў (на два крокі), праводзяцца граніцы. Па сыгналу важака, рады, моцна трымаючыся ззаду за рукі, робяць наступленьне, пхаючы адзін ў другога грудзьмі. Выйграўшаю лічыцца тая партыя, якая перапхне супраціўніка за граніцу.

З. Г. У гульні адбываецца практыкаваньне ў супраціўленьні і ўзгадненьні дзеяньняў. Практыкуюцца мускулы ног, тулава і часткова рук.

М. У. Пры расстаўленьні шэрагаў канечна патрэбна мець на ўвазе род і век гульцоў. Пасьля гульні праводзіць супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні. Гульню болей двух разоў падрад паўтараць бескарысна і нават шкодна. Сачыць, каб ня было груб'янства і газарду.

*Мяч памірае.

Л. Г. Ад зьвяна і болей.

Д. Г. Мяч.

А. Г. Гульцы робяць кола на выцягнутыя рукі адзін ад другога. Моцнымі ўдарамі рукі мяч перакідаецца ад аднаго гульца к другому. Яму не даюць сканаць, г. зн. пакінуць падскакаць. На гульца, які дапусьціць мяч памерці, накладаецца штраф—ён становіцца за колам і падае мяч у кола. Гэты гулец падмяняецца толькі наступным аштрафаваным гульцом.

З. Г. Практыкуюцца мускулы рук і пярэдняй часьці тулава.

М. У. Падкідаць мяч трэба адзін раз праз усё кола ўлева, а другі—управа. Нясьлед моцна кідаць мяч вобземлю, лепей, каб ён падскакаў ня вышэй грудзей.

Мячом у цэль.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Мяч і абруч.

А. Г. Гульцы, кожным зьвяном паасобку, кідаюць мяч у абруч. Зьвяно, што будзе мець большую колькасьць пападаў, выйграе.

З. Г. Практыкуе трапнасьць, мускулы рук і тулава.

М. У. Пападаць у вабруч можна ў розным кірунку: зьнізу ўгору, згары ўніз, проста перад сабою і г. д. Кідаючы, патрэбна чаргаваць рукі, сьпярша аднэю, потым другою, а пасьля дзьвюма. Абруч можна ставіць паземна і простастаўна. Мяч для гульні трэба ўжываць

вялікі гумовы, або лёгкі футбольны. Абруч павінен мець у дыямэтры ад 1 да $1^1/_2$ мэтры і знаходзіцца над зямлёю ў вышкі на $2-2^1/_2$ мэтры. Адлегласьць паміж гульцамі і цэлям павінна паступова павялічвацца, пачынаючы ад 5 крокаў.

Мяч у коле.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Мяч.

А. Г. Гульцы робяць кола, знаходзячыся на адлегласьці аднаго або двух крокаў адзін ад другога. У сярэдзіне кола знаходзіцца вадзячы. Па сыгналу ўсе гульцы становяцца на калені і перакачваюць адзін к другому мяч. Заданьне вадзячага—злавіць мяч. Калі мяч злоўлен, вадзячы становіцца ў кола, а на яго месца ідзе той, хто пакаціў мяч.

З. Г. Практыкуюцца мускулы рук і тулава. У вадзячага, апроч гэтага, разьвіваецца яшчэ спрытнасьць і хуткасьць дзеяньняў.

М. У. Мяч ня трэба кідаць угору, а толькі перакачваць па зямлі ў любым кірунку, ад аднаго гульца к другому. Гульня павінна цягнуцца нядоўга, затым, што яна скора стамляе організм. Добра правесьці пасьля гульні хаду або гульню з пераважнымі рухамі ў нагах.

> **Увага:** Гэтую-ж гульню можна праводзіць седзячы, таксама перакачваючы мяч, або нават і стоячы, перакідаючы яго ня вышэй галавы. Але пры такой гульні вадзячаму ўжо досыць толькі да мяча дакрануцца і ён лічыцца злоўленым.

Ножны мяч у коле.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Мяч.

А. Г. Гульцы робяць кола, знаходзячыся адзін ад другога на адлегласьці 1—2 крокаў. У сярэдзіне кола знаходзіцца вадзячы. Мяч у вадзячага. Заданьне вадзячага— выбіць мяч нагамі з кола. Гульцы, што стаяць у коле,

павінны адбіваць мяч назад у сярэдзіну кола. Калі вадзячы выбіў з кола мяч, дык вадзячым робіцца той гулец (з правага або з левага боку кола, гледзячы па ўмове), каля якога праляціць мяч.

З. Г. Разьвівае мускулы ног, спрытнасьць і ўвагу. Сярэдне ўзбуджае організм.

М. У. Калі вадзячаму доўга не ўдаецца выйсьці з сярэдзіны кола, дык яго трэба зьмяніць. З сілаю адбіваць мяч ня варта, лепей яго прытрымаць і спакойна пусьціць к вадзячаму. Пасьля гульні трэба праводзіць дыхальныя практыкаваньні.

Паваротная эстафэта.

Л. Г. Некалькі зьвеньняў.

Д. Г. Сьцягі і кійкі па колькасьці зьвеньняў.

А. Г. Зьвеньні выстрайваюцца роўналежна адзін каля другога ня бліжэй, як на 10 крокаў. У кожным зьвяне гульцы пастроены ў патыліцу. На 40—50 крокаў ад радоў выстаўлены сьцягі. Пярэднія ў кожным зьвяне трымаюць у руках кійкі. Па сыгналу яны бягуць, абягаюць свой сьцяг, вяртаюцца ў шэраг і перадаюць кіёк наступнаму гульцу ў сваім радзе, які зноў бяжыць, а самі становяцца ззаду раду. Выйграе тое зьвяно, якое раней за ўсіх абяжыць свой сьцяг.

З. Г. Практыкуе мускулы ног, часткова рук і тулава. Разьвівае хуткасьць бегу.

М. У. Кожны гулец, прабегшы вызначаную адлегласьць, перш чым стаць на месца, павінен ступою прайсьці крокаў 15 і прарабіць дыхальныя практыкаваньні. Зьвеньні для бегу трэба падбіраць аднакія.

Эстафэта з булавою.

Л. Г. Некалькі зьвеньняў.

Д. Г. Булавы або сьцягі з вострымі канцамі дрэўка, з разьлікам па два на кожнае зьвяно.

А. Г. Разьмяшчэньне, як і ў „простай“. На адлегласьці 45 крокаў ставяцца булавы па аднэй на кожнае зьвяно. Перадавыя зьвеньняў трымаюць у руках такія-ж самыя булавы. Па сыгналу кожны перадавы падбягае да стаячае булавы, вымае яе, а на тое месца ставіць тую, што ў яго руках, і барджэй бяжыць назад, перадаючы вынятую булаву наступнаму з свайго раду. Выйграе тое зьвяно, што раней перадасьць булаву пасьля прабегу ўсіх гульцоў.

З. Г. Тое самае, што і простае.

М. У. Тыя самыя. Апроч таго, булавы, што ставяць гульцы, павінны абавязкова стаяць. У вадваротным-жа выпадку, гульцы павінны вярнуцца і іх паставіць.

* Лятучая пошта.

Л. Г. Некалькі зьвеньняў.

Д. Г. Згорнутыя ў трубку газэты—пакет.

А. Г. Зьвеньні становяць сабою асобныя групы. Кожная група павінна складацца з аднакай колькасьці гульцоў. Гледзячы па колькасьці асоб, наладжваюцца варты адна ад другое на 80—100 крокаў. На кожнай варце знаходзіцца па аднаму гульцу ад кожнага зьвяна, і на кожнай-жа варце ўсе піонэры трэба каб былі выстраены так, як і ў першай варце, у разгорнутым радзе (не ў патыліцу адзін другому). Тыя, што стаяць на старце (выходнае месца бегу), трымаюць у левай руцэ па аднаму пакету. Па камандзе важака гульцы бягуць са старту да бліжэйшае варты, дзе кожны гулец на бягу перадае пакет у левую руку піонэра свайго-ж зьвяна; гэты піонэр бяжыць да наступнага зьвяна і г. д. Выйграе тое зьвяно, якое першае закончыць перадачу пакетаў.

З. Г. Практыкуе мускулы ног, рук і тулава. Прывучае да хуткасьці дзеяньняў.

М. У. Асобы, што трымаюць пакет, павінны падрыхтавацца: выставіць правую нагу ўперад, рыхтуючыся к бегу, і залажыць левую руку назад дзеля прыманьня пакету. Дазваляецца піонэру на некалькі крокаў (5—10) вы-

бегчы насустрач для забраньня пакету. У часе бегу, ня спыняючыся, пакет трэба пералажыць з левае рукі ў правую, каб выгадней было перадаваць. Пасьля прабегу гульцы кожнае варты робяць супакойлівыя і дыхальныя практыкаваньні. Зьвеньні абавязкова трэба падбіраць аднакімі.

Увага: Гэтую-ж гульню можна праводзіць узімку на лыжах і на каньках (на коўзанцы). На каньках трэба павялічыць адлегласьць аднаго месца ад другога да 120—150 мэтраў. На лыжах магчыма павялічэньне адлегласьці блізка што да такіх-жа разьмераў.

Эстафэта ў вадзе.

Л. Г. Некалькі роўных зьвеньняў.

Д. Г. Калы і кійкі з разьлікам на кожнае зьвяно па аднаму.

А. Г. Гульцы, кожным зьвяном паасобку, пастроены на беразе рэчкі. Пярэдні кожнага зьвяна мае пры сабе кіёк. На 15—20 крокаў ад берагу ў рэчку ўстаўлены калы. Па сыгналу важака пярэднія кідаюцца ў ваду, трымаючы эстафэту над вадою. Яны павінны кругом аплысьці кол, вярнуцца на бераг і перадаць эстафэту наступнаму. Выйграе тое зьвяно, якое першае закончыць перадачу.

З. Г. Разьвівае мускулы ўсяго цела, практыкуе ў хуткім плаваньні і моцна ўзбуджае організм.

М. У. На рэчцы трэба мець ратавальныя прылады і некалькі асоб, якія добра ўмеюць плаваць, каб выратаваць у выпадку няшчаснага здарэньня. Кожны гулец, вылезшы з рэчкі, павінен прарабіць супакойлівыя рухі. Перш чым распачынаць гульню, трэба пераканацца ці ўсе гульцы ўмеюць плаваць.

Эстафэта седзячы.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Кійкі па аднаму на кожнае зьвяно.

А. Г. Гульцы зьвеньнямі садзяцца на падлозе, паралельна адзін другому, прычым у кожным зьвяне гульцы

сядзяць у патыліцу. Пярэднія трымаюць у руках эстафэту. Па сыгналу эстафэта перадаецца цераз галаву задняму таварышу. Апошні, атрымаўшы эстафэту, бяжыць наперад, садзіцца і ізноў яе перадае. І гэтак прадаўжаецца да тых пор, пакуль той, хто быў пярэднім, не застанецца зноў пярэднім. Тады ён барджэй аддае эстафэту важаку. Выйграе тое зьвяно, якое першае аддасьць важаку эстафэту.

З. Г. Практыкуе мускулы тулава, рук і выпрацоўвае спрытнасьць і ўменьне хутка перадаваць абы-якую рэч назад.

М. У. Гульцы павінны сядзець адзін ад другога на адлегласьці выцягнутых ног, канцамі іх датыкацца пярэдняга гульца. Патрэбна сачыць, каб эстафэта не перакідалася.

Патайная кватэра.

Л. Г. Атрад.

Д. Г. Пакеты, згорнутыя ў трубкі.

А. Г. Кожнае зьвяно робіць кола, а ўсіх колаў—5.

Колы знаходзяцца адно ад другога ў такім парадку: у вадным канцы пакою, або пляцоўкі—кола № 1—патайная кватэра, за ім—№ 2—Паліцмэнская Ўправа, усе іншыя №№ таксама—патайныя кватэры. У сярэдзіне кожнага кола знаходзіцца чародны эстафэтчык. У руках эстафэтчыка кола № 1 знаходзіцца пакет. Пасьля сыгналу „пачынаць“ чародны паліцмэнскі шпіён з кола № 2 выбягае на вобыск у кола № 1. Эстафэтчык гэтага кола, убачыўшы шпіёна, перабягае ў кола № 3, перадае там пакет, а тыя ў сваю чаргу перадаюць і г. д. Шпіён, падбягаючы да якога-небудзь кола, павінен перш чым бегчы далей уздагон за эстафэтчыкам—пазваніць; г. зн. дакрануцца рукою да аднаго з гульцоў. Калі шпіён не злавіў ніводнага эстафэтчыка, ён варочаецца на месца. Кожны эстафэтчык, прыбегшы ў наступнае кола, становіцца ў яго рады, а ў сярэдзіну высоўваецца другі гулец. Эстафэтчык, які бяжыць з кола № 5, калі яго ніхто не злавіў, пе-

рабягае ў кола № 1, гэта лічыцца заканчэньнем эстафэты, г. зн. пакет пярэданы ў належнае месца. Такім-жа парадкам гульня прадаўжаецца датуль, покі ўсе гульцы з кола № 1 не перабудуць эстафэтчыкамі. Выйграе тая партыя, у якое будзе большая палова пакетаў (6 з 10).

З. Г. Практыкуе мускулы ног, разьвівае спрытнасьць і вёрткасьць.

М. У. Адлегласьць паміж коламі няхай будзе ад 20 да 80 крокаў. Паліцмэнскае кола знаходзіцца на палавіннай адлегласьці (ад 10 да 40) паміж першым і другім колам. Трэба сачыць за эстафэтчыкамі, каб яны часта мяняліся, гэта ня стоміць гульцоў і выкліча ў іх большую актыўнасьць.

*Папсаваць тэлеграф фашыстых.

Л. Г. Атрад і болей.

Д. Г. Адзін або два клубкі шпагату.

А. Г. Адна група гульцоў (фашыстыя) разьвешвае шпагат-тэлеграф і замаскоўвае яго, каб быў няпрыкметны сярод дрэў, хмызьняку і ў зямлі. Праз увесь разьвешаны шпагат на адлегласьці адзін ад другога некалькіх мэтраў, гледзячы па мясцовасьці, выстаўляюцца вартаўнічыя. Усе іншыя гульцы робяць разьезды і часад-часу праходзяць паўзьбежна міма тэлеграфу, выглядаючы, ці няма блізка чырвоных. Другая партыя гульцоў—чырвоныя, атрымоўваюць заданьне перарваць тэлеграф, але пры гэтым ім не паказваецца месца, дзе ён знаходзіцца, а даюцца толькі агульныя паказаньні. Заданьне чырвоных няпрыкметна прыблізіцца да тэлеграфу, перарэзаць яго і ўзяць з сабою частку, як доказ таму, што тэлеграф перарваны. Калі вартаўнічыя, або разьезд фашыстых запрыкмеціць чырвоных і запляміць іх, дык яны лічацца забітымі. Гульня цягнецца пэўна вызначаны час. Калі на працягу гэтага часу ня будзе перарэзан тэлеграф, дык выйграюць фашыстыя.

З. Г. Разьвівае спрытнасьць, увагу, зоркасьць, знаходлівасьць і здольнасьць няпрыкметна перасоўвацца. У залеж-

насьці ад абставін практыкуюцца розныя групы мускулаў і заўжды мускулы ног.

М. У. Чырвоных павінна быць болей за фашыстых. Чырвоныя могуць рабіць пераходы ў розных кірунках і ў розным выглядзе.

Увага: Гульня можа праводзіцца ўзімку на лыжах, прычым ужо не выстаўляюцца вартаўнічыя, а маецца болей разьездаў, якія часьцей адзін за другім назіраюць мясцовасьць. Тэлеграф, каб ня так быў прыметны, можна закапаць у сьнезе ня болей, як на палову ўсяе яго даўжыні.

*Трывога.

Л. Г. Атрад і болей.

М. Г. У лягеры або на пагулянцы.

А. Г. Намячаецца месца, на якое павінны зысьціся ўсе піонэры зьвеньнямі ў выпадку трывогі. Пасьля гэтага кожнаму зьвяну даецца праца, якая павінна праводзіцца паводаль ад месца збору, але на роўнай адлегласьці ад яго для ўсіх зьвеньняў. Па сыгналу „трывога“—усе зьвеньні організованым парадкам павінны прысьці на гэтае месца. Выйграе тое зьвяно, якое перш за ўсіх прыдзе на месца, але абавязкова організавана.

З. Г. Разьвівае ўважлівасьць, слух, організованасьць і здольнасьць шпарка хадзіць.

М. У. Гульню можна выкарыстаць для правядзеньня якое-небудзь працы. Зьвеньні павінны разьмяркоўвацца ў працы на такую адлегласьць, каб ім было добра чуваць сыгнал. На першых часох тэрмін для збору трэба даваць 10—15 мінут. Агулам-жа час залежыць ад даўжыні адлегласьці. Чым яна будзе большаю, тым болей і часу трэба даваць для збору. У пасьлядоўных гульнях час можна скарачаць. Час спазьненьня залічаецца кожнаму зьвяну. Як толькі зьвяно прыдзе на вызначанае месца, яно павінна ступою пахадзіць, робячы дыхальныя практыкаваньні. Можна ўскладніць гульню тым, што сыгнал і месца збору назначаюцца за некалькі дзён і гульня праводзіцца раптоўна.

Увага: Гэту гульню можна праводзіць узімку на лыжах.

За чырвоны сьцяг.

Л. Г. Два зьвяны або два атрады.

Д. Г. Чырвоны сьцяг.

А. Г. На якім-небудзь узвышшы паднімаецца чырвоны сьцяг. Навакол яго з пэўных бакоў у розных дыстанцыях (мясцох) выстаўляюцца вартаўнічыя. Белыя хочуць захапіць сьцяг і наступаюць з тых-жа бакоў на чырвоных. Заданьне чырвоных—ня даць захапіць ім сьцягу. Паміж імі адбываецца барацьба шляхам нямоцных udaraў, г. зн. калі адзін гулец вытне другога, той лічыцца забітым.

З. Г. Разьвівае спрытнасьць і вёрткасьць, практыкуе мускулы ног, рук і тулава.

М. У. У розных пунктах, дзе праводзіцца гульня, павінны знаходзіцца судзьдзі. Ня трэба дапускаць барацьбы. Перад самым пачаткам гульні важак атраду павінен даць павадыром зьвеньняў пэўныя ўказаньні.

> **Увага:** Гульня можа пашырыцца тым, што на другім баку паднімаецца белы сьцяг і адначасна-ж ідзе барацьба на двух франтох. Пры гэтым аканчальна выйграе тая група, якая раней адваюе сьцяг у праціўніка і адстаіць свой. Поўнасьцю дазваляецца перамяшчэньне гульцоў з аднаго свайго фронту на другі.

Запаліць іскру комуны.

Л. Г. Ад зьвяна і болей.

Д. Г. Скрыначка сярнічак і матэрыял для вогнішча.

А. Г. У вадпаведным месцы падрыхтоўваецца вогнішча. Каля яго ў двух кроках ляжаць сярнічкі. З ліку гульцоў вызначаецца жандар, які ходзіць наўкол вогнішча, ня бліжэй 4-х крокаў да яго, і не дапушчае комунараў запаліць вогнішча. Усе іншыя гульцы-комунары раскіданы па мясцовасьці і па сыгналу пачынаюць наступленьне на вогнішча з мэтай заняць яго. Жандар забівае комуністых—нарокам выцяўшы іх. Калі каму-небудзь удасцца распаліць вогнішча, гульню можна закончыць сьпевамі і гутаркаю наўкол вогнішча.

З. Г. Разьвівае спрытнасьць, назіральнасьць, мускулы тулава і здольнасьць няпрыкметна перасоўвацца.

М. У. Вогнішча трэба прыгатаваць такое, каб яно хутка запальвалася. Дзеля гэтага трэба туды палажыць паперу, салому, бярösту і дровы павінны быць сухімі. Гульню лепш за ўсё праводзіць увечары на пагулянцы або ў лягеры. Пры вялікай колькасьці гульцоў можна высоўваць некалькі жандараў, павялічыўшы для іх забароненую адлегласьць ад вогнішча.

*На дапамогу братом Захаду.

Л. Г. Атрад.

А. Г. У пэўных мясцох дарогі хаваюцца жандары (10—12 гульцоў). З другога боку па гэтай дарозе, хаваючыся ад жандараў, перасоўваюцца ў кірунку да іншых гульцоў—у СССР—некалькі заходніх таварышоў. Усе іншыя гульцы выяўляюць сабою рабочых СССР. Іх мэта—дапамагчы перабежчыкам перайсьці жандарскія заставы. Дзеля гэтага яны павінны зьняць жандараў. Увесь час, хаваючыся, яны перастрэльваюцца і могуць застрэліць жандараў яловымі шышкамі (або сьнежкамі—узімку). Жандары затрымліваюць уцекачоў і рабочых, выцяўшы іх рукамі, або забіваючы шышкаю (сьнежкамі). Гульня вядзецца пэўны час.

З. Г. Тое, што і папярэдняе. Апроч таго, яшчэ разьвівае пачуцьцё інтэлектуальнасьці і рэволюцыйны ўздым.

М. У. У розных пунктах гульні патрэбна паставіць судзьдзяў для назіраньня за яе правільным ходам. Зімою гульню можна праводзіць на лыжах.

Падпольнікі.

Л. Г. Атрад і болей.

Д. Г. Ліхтар або чырвоны штандар, пачкі паперы або кніжкі.

А. Г. Гульцы падзяляюцца на дзьве партыі. Жандараў у два разы болей за рэволюцыянэраў. Гульня ідзе на адлегласьці 1—2 вёрст. Праз кожныя 50—200 крокаў кры-

вою лініяй выстаўляецца варта з жандараў. За імі на адным канцы плошчы гульні знаходзіцца Патайны Камітэт, адзначаны ліхтаром або штандарам, які займаецца перасылкай патайное літаратуры за кардон. Перад Камітэтам у 30-ці кроках праводзіцца лінія, за якою жандары ня маюць права злавіць рэвалюцыянэра. Жандармэрыя мае права перасоўвацца ў межах плошчы гульні, але не ў забароненай зоне. Рэвалюцыянэры ня маюць права выходзіць за граніцы плошчы гульні; межы яе павінны быць рэзка адзначаны мясцовымі прадметамі і на гэтых межах павінны знаходзіцца судзьдзі. Выйграўшай лічыцца тая партыя, у руках якой у пэўны час будзе знаходзіцца большы лік пачак літаратуры. Залічаецца толькі тая літаратура, што была вынесена з Патайнога Камітэту.

З. Г. Тыя-ж, што і папярэднія.

М. У. Гульню добра праводзіць у мясцовасьці з хмызьняком і лясочкамі. Перад яе пачаткам патрэбна правесьці гутарку, у якой, грунтуючыся на фактах з жыцьцяпісу Леніна і з гісторыі партыі, ахарактарызаваць працу комуністых у падпольлі і заграніцаю. Рэвалюцыянэры, якія перанесьлі літаратуру і здалі яе Замежнаму Камітэту, калі толькі іх не злавілі, няпрыкметна варочаюцца назад і зноў прымаюць удзел у гульні. Выцятыя гульцы лічацца заарыштаванымі, або забітымі і пакідаюць гуляць. Узімку гульня можа праводзіцца на лыжах пры ўмове, каб на абодвых канцох плошчы гульні знаходзілася-б па памяшканьню.

Выведаць пляны ворагаў.

Л. Г. Атрад і болей.

М. У. У час пагулянак у лесе.

А. Г. Адно або некалькі зьвеньняў адыходзяць на пэўную адлегласьць ад стаянкі, расстаўляюць там у розных пунктах сваіх вартаўнічых і потым голасна абмяркоўваюць плян нападу на чырвоных—усіх іншых гульцоў. Чырвоныя вызначаюць ад кожнага зьвяна па два разьведчыкі, мэта якіх—няпрыкметна прабрацца да штабу

белых і падслухаць іх пляны. Кожны разьведчык павінен мець нарысаваныя на паперы ці на картоне два нумаркі, якія прымацоўваюцца ў яго на сьпіне або на грудзёх. Калі каго-небудзь з разьведчыкаў заўважаць вартаўнічыя, ён лічыцца забітым — выходзіць з гульні. Выйграўшым лічыцца тое зьвяно, якое раней за другіх паведаміць важака атраду аб плянах белых.

З. Г. Тое, што і папярэдняе.

М. У. Гульня павінна праводзіцца на значнай адлегласьці, каля $^3/_4$—2 вёрст. Пры кожным вартаўнічым знаходзіцца судзьдзя. Лепш за ўсё, калі гульня будзе цягнуцца пэўна вызначаны час, у працягу якога разьведчыкі павінны закончыць сваю работу. Каб усе піонэры прымалі ўдзел у гульні, можна зрабіць ланцужок, г. зн. пакінуць на месцы важака зьвяна і некалькі гульцоў, а ўсіх іншых рассыпаць у ланцуг, як мага бліжэй да разьведчыкаў. Разьведчык, падслухаўшы пляны, перадае іх піонэру, які знаходзіцца каля яго— галаўному, той перадае далей, падбегшы да наступнага і г. д. Усё гэта павінна адбывацца нячутна і няпрыкметна.

Увага. Гульню можна зрабіць больш доўгаю, для гэтага трэба, каб белыя, параіўшыся між сабою, наступалі на чырвоных, а яны, выведаўшы іх пляны, павінны адбіць наступленьне.

СУПАКОЙЛІВЫЯ ПРАКТЫКАВАНЬНІ.

Каб узбуджаны організм хутчэй прывесьці ў нормальны стан, супакоіць сэрца,—робяць, так званыя, супакойлівыя практыкаваньні (рухі). Гэтыя практыкаваньні, калі ў іх рабіць невялікія і нямоцныя рухі, палягчаюць працу сэрца, уплываюць на працу крывяных жыл і паступова прыводзяць організм ад моцных і доўгіх напружаньняў да супакойнага нормальнага стану. Такі паступовы пераход, з палягчэньнем працы сэрца, для організму шмат карысьнейшы, як рэзкі пераскок ад вялікага напружаньня ў стан поўнага супакою. І таму ніколі ня трэба пасьля гульні, калі організм узбуджаны, раптам спыняць працу і пераходзіць у поўны супакой. Перш, чым зрабіць супачынак, трэба абавязкова правесьці супакойлівыя практыкаваньні або гульні, якія змогуць замяніць гэтыя практыкаваньні.

Элемэнты супакойлівых практыкаваньняў.

1. Вольная, памерная хада ня хутчэй, як 80—90 крокаў у мінуту з правільным трыманьнем цела і правільным дыханьнем.

2. У супакойным стаяньні, згібаньне ў лакцёх вольна адвіслых рук (няхутка і нямоцна): левае і правае па чарзе па аднаму разу; затым ног у каленях. Назад прарабіць усё гэта таксама па чарзе. Гэтыя практыкаваньні трэба некалькі раз паўтараць.

3. Тое, што і другое, але з адвольнымі рухамі (аслаблыя і з сярэдняй хуткасьцю) пальцаў пясьці і ступні.

4. Адвольныя і няхуткія рухі толькі пальцаў, пясьці і ступні.

Карысна злучаць супакойлівыя і дыхальныя рухі, пры гэтым супакойлівыя рухі робяцца паміж дыхальнымі. Дыханьне пры гэтых рухах павінна быць нормальнае. Усе ча-

тыры супакойлівыя практыкаваньні можна злучаць з любым дыхальным практыкаваньнем. Толькі хаду можна злучаць з першымі трыма, дый то пры выдыху без нагінаньня тулава ўперад, пакідаючы ўсе іншыя элемэнты. Пасьля бегу і асабліва цяжкіх практыкаваньняў спачатку робіцца скорая хада, а пасьля паступова яе ход зьмяняецца на больш павольны і, нарэшце, зусім пераходзіць у нормальны з паказанымі практыкаваньнямі. У часе хуткае хады дыхальных практыкаваньняў рабіць ня варта.

ДЫХАЛЬНЫЯ ПРАКТЫКАВАНЬНІ.

1. Ногі расстаўлены на шырыню кроку. Выдыхнуць усё паветра.

а) Удыханьне: адгінаючы галаву назад, адводзіць рукі ў бок, не падымаючы пясьці вышэй за талію, паварочваючы далоньмі надвор.

б) Паўза ў два мігі.

в) Выдыханьне: выпростваньне і нагінаньне галавы наперад, прыгінаньне рук к целу і прывядзеньне іх у звычайны стан.

2. Ногі расстаўлены на шырыню кроку. Выдыхнуць усё паветра.

а) Удыханьне: па пункту 1—а).

б) Паўза ў два мігі.

в) Выдыханьне: нагінаньне тулава наперад, зьвядзеньне плеч наперад і апусканьне рук уніз наперад далоньмі к каленям; галава падбародкам кранаецца грудзей.

г) Калі практыкаваньне не паўтараецца—выпрастаньне, а калі паўтараецца, дык па пункту 1—а).

3. Ногі паасобку, няшырока расстаўлены або разам, наскі паасобку. Выдыхнуць усё паветра.

а) Удыханьне: падыманьне тулава на наскі, падыманьне рук з бакоў угору, загінаньне галавы назад.

б) Паўза ў два мігі.

в) Выдыханьне: па пункту 2—в).

Рухі першага пункту павялічваюць доступ паветра галоўным чынам у верхнія часткі лёгкіх. Гэтыя рухі трэба праводзіць тады, як организм моцна ўзбуджаны.

Рухі другога пункту даюць яшчэ большую надбаўку паветра ў сярэднія часткі лёгкіх да той колькасьці, што нормальна ўдыхаецца.

Рухі трэцяга пункту даюць самую вялікую надбаўку паветра і праводзяцца пры найбольшым узбуджэньні організму.

Злоўжываць дыхальнымі практыкаваньнямі вельмі некарысна. Ня трэба таксама пры дапамозе іх імкнуцца разьвіць дыхальныя здольнасьці. Ужываць іх патрэбна толькі ў тую часіну, калі організму трэба даць тую колькасьць паветра, якая яму канечна патрэбна. А дзеля гэтага трэба рабіць так: сьпярша прарабляюць якое-небудзь практыкаваньне, адзін або два разы, а пасьля—некалькі нормальных дыханьняў, потым зноў 1—2 разы практыкаваньне; па меры патрэбы можна прадоўжыць час для нормальнага дыханьня. Апрача таго, ня трэба рабіць дыхальных практыкаваньняў пад „шчот", рытмічна, усім гуртам, бо дыханьне ў кожнага сваё асобнае, а трэба толькі сачыць, каб кожны піонэр рабіў правільна. Лепш за ўсё, калі дыхальныя практыкаваньні злучыць з супакойлівымі, або калі іх праводзіць у моманты нормальнага дыханьня і не прадаўжаць болей, як 10—12 раз пасьля аднаго ўзбуджэньня організму.

ЗЬМЕСТ.

III. Летнія рухавыя гульні.

ЦАНА 40 КАП.